

2018年1月予定献立表

緑丘保育園

曜日	昼食	材料名	0.1歳対応	3時のおやつ	延長のおやつ	夕食
月	15 カレーライス ブロッコリーとにんじんのお浸し 29 中華風コンスープ	精白米・胚芽米・豚肉・じゃが芋・玉葱・にんじん・薄力粉・バター・カレー粉・ピーマン・油・りんご・にんにく・生姜・塩・牛乳・ソース ブロッコリー・にんじん・削り節・醤油・かつおだし 卵・クリームコーン缶・長葱・干し椎茸・片栗粉・青菜・塩・かつおだし	ひき肉	鶏南蛮うどん 干しうどん・鶏肉・長葱・人参・青菜・醤油・塩・かつおだし	ダイスチーズパン ダイスチーズ入りソフトフランス	魚のパン粉焼き・マセドワンサラダ 魚・酒・にんにく・塩・パン粉・パセリ・オリーブ油 かぼちゃ・じゃがいも・きゅうり 干しぶどう・酢・油・塩 ダイスチーズパン・スープ
火	16 家常豆腐 カリフラワーカレーピクルス 30 ごはん かぼちゃの豆乳味噌汁	生揚げ・豚肉・人参・こんにやく・たけのこ・干し椎茸・いんげん・ウズラ卵・油・砂糖・醤油・味噌・片栗粉・かつおだし カリフラワー・きゅうり・酢・塩・はちみつ・かつおだし・カレー粉・醤油・砂糖 精白米・胚芽米 かぼちゃ・玉葱・塩蔵わかめ・青菜・豆乳・味噌・煮干し	ひき肉 きゅうりゆで	さつまいもりんごコーンカップ さつまいも・りんご・砂糖・バター・アイスコーン	じゃこトースト 食パン・しらす・アレルギー用マヨネーズ・パセリ	鶏肉のはちみつ焼き・ひじきの煮物 鶏肉・醤油・はちみつ・にんにく・ひじき・干し椎茸・人参・油揚げ・いんげん・油・砂糖・醤油・酒・みりん ごはん・すまし汁
水	17 鮭のピザ風 ほうれん草とコーンのソテー 31 レーズンパン かぶのクリームスープ	鮭・塩・玉葱・パセリ・ケチャップ・チーズ ほうれん草・冷凍コーン・バター・塩 レーズンパン かぶ・かぶ葉・にんじん・玉葱・カリフラワー・牛乳・塩・豆乳・かつおだし	とろみつき 食パントースト付	夕焼けおにぎり 精白米・胚芽米・こんぶだし・にんじん・油揚げ・醤油	ポテトフライ じゃがいも・油・塩・青のり	マーボーうどん・ポテトフライ 干しうどん・豚ひき・生姜・人参・長葱・干し椎茸・豆腐・味噌・油・片栗粉・醤油・みりん・ニラ くだもの
木	4 鶏肉と大豆の揚げ煮 18 かぶとキャベツの浅漬け ごはん 油揚げともやしの味噌汁	ひよこ(りす)鶏ひき・長葱・片栗粉 うさぎ(〜)鶏肉・生姜・酒・醤油・片栗粉 大豆・人参・さつまいも・ほうれん草・油・砂糖・酒・醤油 かぶ・かぶ葉・キャベツ・塩 精白米・胚芽米 油揚げ・もやし・玉葱・青菜・塩蔵わかめ・煮干し・味噌	肉団子	米粉のはちみつクッキー マーガリン・砂糖・卵・はちみつ・塩・米粉	和風ツナおにぎり 精白米・胚芽米・まぐろ缶詰・玉葱・油・醤油・みりん・海苔	魚の塩焼き・肉じゃが 魚・塩 豚肉・じゃが芋・玉葱・人参・隠元・砂糖・酒・醤油・油 和風ツナごはん・味噌汁
金	5 魚の照り焼き 19 いりおから ごはん じゃがいもの味噌汁	魚・醤油・酒・みりん おから・人参・ごぼう・干し椎茸・万能ねぎ・ベーコン・冷凍コーン・油・かつおだし・みりん・醤油・砂糖・塩・ごま 精白米・胚芽米 じゃがいも・長葱・塩蔵わかめ・青菜・煮干し・味噌	とろみつき	1/5七草がゆ 1/19チョコサンド 5日)米・大根・かぶ・鶏ひき・人参・塩・醤油・七草 19日)食パン・ココア・コンスターチ・砂糖・牛乳・豆乳	ゆかりおにぎり 精白米・胚芽米・ゆかり	あんかけ丼・わかめとコーンの三杯酢 精白米・胚芽米・豚ひき・人参・干し椎茸・玉葱・グリーンピース・醤油・みりん・片栗粉 かつおだし わかめ・冷凍コーン・きゅうり・酢・砂糖・塩・醤油・かつおだし スープ
土	6 みぞれうどん 20 さつまいもとりんごの甘煮 ゼリー	干しうどん・油揚げ・キャベツ・にんじん・椎茸・豚ひき・長葱・醤油・大根 さつまいも・りんご・砂糖・塩 100%ジュース・水・砂糖・アガー		ラスク・小魚 ソフトフランス生地パン/バターロール生地パン マーガリン・砂糖 食べる小魚		
月	22 菜飯 魚の磯部揚げ 大根と里芋のそぼろ煮 小松菜味噌汁	精白米・胚芽米・青菜・塩・酒 魚・薄力粉・青のり・牛乳・卵・水・油・塩 大根・里芋・人参・豚ひき・砂糖・醤油・酒・片栗粉・みりん 小松菜・えのき・玉葱・味噌・煮干し	とろみつき	マカロニラザニア風 マカロニ・バター・豚ひき・玉葱・人参・グリーンピース・薄力粉・ピュレレ・かつおだし・塩・パン粉・パルメザンチーズ	ソフトフランスジャム ソフトフランス・ジャム	煮込みハンバーグ・こふきいも 豚ひき・牛ひき・玉葱・パン粉・かつおだし・塩・油・ケチャップ・ソース・かつおだし 片栗粉 じゃがいも・塩・青のり ソフトフランス・スープ
火	9 豆腐のはさみ煮 23 きゅうりともやしののり酢和え ごまごはん 大根と玉葱の味噌汁	豚ひき・玉葱・生姜・片栗粉・砂糖・醤油・かつおだし・にんじん ひよこ(りす)焼き豆腐 うさぎ(〜)生揚げ きゅうり・もやし・海苔・醤油・酢・塩・砂糖・かつおだし・削り節 精白米・胚芽米・ごま 大根・塩蔵わかめ・玉葱・青菜・味噌・煮干し	きゅうりゆで、酢なし	芋蒸しパン さつまいも・薄力粉・砂糖・ベーキングパウダー・卵・牛乳・油・豆乳・全粒粉	きな粉ラスク 食パン・砂糖・きなこ・マーガリン	魚の梅焼き・かぼちゃ煮 魚・梅びしお・味噌・みりん・酒・砂糖 かぼちゃ・醤油・かつおだし かぼちゃ・砂糖・醤油・みりん ごはん・味噌汁
水	10 里芋じゃごごはん 24 生揚げとごぼうの炊き合わせ 小松菜と納豆の和え物 麩とわかめのすまし汁	精白米・胚芽米・鶏肉・しらす・人参・里芋・大根・大根葉・味噌・酒・塩 生揚げ/焼き豆腐・干し椎茸・ごぼう・人参・砂糖・みりん・醤油・酒 小松菜・納豆・かつおだし・醤油 麩・塩蔵わかめ・長葱・青菜・醤油・塩・かつおだし	鶏ひき 焼き豆腐	2色サンドイッチ 食パン・イチゴジャム・まぐろ缶詰・きゅうり・マヨネーズ	中華おこわおにぎり 精白米・もち米・干しえび・たけのこ・人参・干し椎茸・ごま油・砂糖・塩・醤油	豆腐のカニあん・ブロッコリーのナムル 豆腐・薄力粉・油・人参・長葱・椎茸・青菜・カニ缶・片栗粉・塩 ブロッコリー・醤油・ごま油・かつおだし 中華おこわ・味噌汁
木	11 白身魚のグラタン 25 大根サラダ バターロール 白菜と春雨のスープ	白身魚・じゃが芋・人参・玉葱・薄力粉・バター・牛乳・塩・パセリ だいこん・にんじん・冷凍コーン・小松菜・ごま油・砂糖・酢・醤油 ロールパン 白菜・春雨・干し椎茸・青菜・醤油・かつおだし	食パンスティックつき	ビビンバ 1/11幼児お汁粉 米・人参・小松菜・もやし・豚ひき・長葱・酒・醤油・かつおだし ごま油・ゴマ・砂糖・生姜・にんにく 1/11もち・小豆・砂糖・塩	スイートポテト さつまいも・砂糖・豆乳	ちゃんぽんうどん・さつまいも茶巾 干しうどん・豚肉・えび・いか・キャベツ・もやし・人参・長葱・酒・塩・醤油・片栗粉 くだもの
金	12 筑前煮 26 きゅうりとカリフラワーの梅和え ごはん 豆乳高野味噌汁	鶏ひき・片栗粉・長葱・鶏肉・里芋・ごぼう・れんこん・人参・こんにやく・干し椎茸・いんげん・油・醤油・砂糖・みりん きゅうり・カリフラワー・梅びしお・かつおだし・酢 精白米・胚芽米 高野豆腐・玉葱・塩蔵わかめ・青菜・味噌・豆乳・煮干し	肉団子 きゅうりゆで、酢なし	だいこんもち 大根・白玉粉・ハム・干しえび・万能ねぎ・ごま油・醤油・塩・砂糖・水	おかかおにぎり 精白米・胚芽米・削り節・醤油・ごま・海苔	中華丼・じゃがいものごま味噌和え 精白米・胚芽米・豚肉・白菜・キャベツ・人参・干し椎茸・エビ・ブロッコリー・いか・きくらげ・醤油・酢・片栗粉・塩 じゃがいも・味噌・みりん・砂糖・酒・ごま スープ
土	13 すき焼き風うどん 27 ほうれん草ともやしの胡麻和え みかん	干しうどん・牛肉・白滝・長葱・にんじん・椎茸・青菜・酒・醤油・白菜・塩 ほうれん草・もやし・ごま・醤油・かつおだし みかん		パン・チーズ ソフトフランス生地パン/バターロール生地パン 一口チーズ くだもの・牛乳		

* 幼児エネルギー 610kcal たんぱく質 22.2g 脂質17.9g *0才のみ 9時30分おやつの牛乳(豆乳)があります。*3時の牛乳は豆乳入りです *材料の関係で献立が変更になること